Proiecte instituţionale

Codul şi denumirea proiectelor

11.817.08.50A Strategii de implementare a metodelor diagnostice în procesul de antrenament şi competiții al sportivilor de performanță din loturile naționale ale Republicii Moldova

Direcția strategică:
Valorificarea resurselor umane, naturale, informaționale pentru dezvoltarea durabilă

11.817.09.62A Tendințe contemporane pentru menținerea unui regim de viață sănătos, prin profilaxia şi recuperarea deficiențelor aparatului locomotor la populația de vîrstă şcolară prin metode fizice

Direcția strategică:
Biomedicina, farmaceutica, menținerea şi fortificarea sănătății

Obiectivele proiectelor

1. Determinarea oportunității aplicării tehnologiilor inovaționale de diagnosticare, ca un mijloc eficient de control curent şi de prognozare a dinamicii efortului specific al organismului sportivului.
2. Determinarea celor mai eficiente şi informative metode de diagnosticare a nivelului de pregătire funcțională şi psihomotrice a sportivilor de diferite specializări.
3. Scoaterea în evidență a indicilor care reflectă obiectiv capacitatea de efort a organismului sportivilor specializați în diferite probe.
4. Determinarea caracteristicilor–model ale nivelului pregătirii funcționale şi psihomotrice a sportivilor specializați în diferite probe olimpice prioritare.
5. Determinarea formei raționale de organizare a procesului de diagnosticare într-un ciclu anual de pregătire a sportivilor de performanță.
6. Organizarea procesului de diagnosticare a stării capacității de efort special în sistemul de pregătire a sportivilor de performanță într-un ciclu olimpic.

1. Ameliorarea stării sănătății populației încadrate în învățămîntul preuniversitar prin mişcare şi exerciții fizice.
2. Îmbunătățirea stării aparatului locomotor la popultația de vîrstă şcolară prin exerciții fizice de recuperare şi profilactice.
3. Recuperarea şi profilaxia dereglărilor aparatului locomotor la elevii din instituțiile de învățămînt preuniversitar.
4. Conştientizarea avantajelor activității fizice de către populația activă.
5. Adoptarea activităților fizice sub toate formele lor de manifestare în regimul zilnic de viață al populației.

Rezultatele activității de cercetare

Proiectul 11.817.08.50A

Analiza rezultatelor cercetărilor a dat posibilitatea de a aprecia nivelul stării funcționale a sportivilor, datele s-au prelucrat folosind metode matematico-statistice, fapt ce a permis să stabilim nivelul de semnificație a rezultatelor sportivilor în diferite probe.

Au fost supuşi testărilor: atleți, halterofili, luptători, înotători şi canoişti. La majoritatea sportivilor, conform indicilor antropometrici, dezvoltarea fizică este în limitele normei.

Cercetările efectuate au dat posibilitatea să stabilim, în baza testărilor realizate, cei mai informativi indic ai nivelului pregătirii fizice speciale şi tehnice a atleților: alergători de viteză, de semifond şi de fond, săritori în lungime, înălțime şi de triplusalt, aruncători de ciocan şi disc. Din mai mult de 40 exerciții, după o analiză statistică aprofundată, au fost selectate cele mai eficiente şi mai frecvent folosite, care au avut o legătură corelativă strînsă cu exercițiul competițional de bază, acestea constituind de la 15 pînă la 25, pentru fiecare dintre grupele de probe.

Proiectul 11.817.08.50A

Totodată, în perioada respectivă s-a analizat procesul de pregătire sportivă a înotătorilor incluşi în lotul naţional al Republicii Moldova. S-au examinat documentele de planificare pe perioada unui ciclu anual de antrenament, s-au efectuat testări privind stabilirea nivelului de dezvoltare specifică a înotătorilor în vederea pregătirii pentru concursurile naţionale şi internaţionale.

În probele individuale, s-a evidenţiat rolul combinării optime a mijloacelor de antrenament şi competiţionale din diferite probe de lupte în procesul de pregătire a judocanilor. S-a analizat pregătirea luptătorilor de diferite stiluri într-un ciclu multianual.

Proiectul 11.817.09.62A

1. A fost organizată studierea stării aparatului locomotor la un eşantion de 1500 elevi din diferite localităţi urbane şi rurale: Liceul „Emil Niculea" din satul Mereni, raionul Anenii Noi; liceul „Liviu Deleanu", mun. Chişinău; liceul „ N. Iorga", mun.Chişinău; şcoala medie din satul Suruceni, raionul Ialoveni, cea din satul Filipeni, raionul Criuleni şi alte localităţi din Republica Moldova.

2. Au fost implementate rezultatele cercetărilor finale în instituţiile selectate în proiect: liceul „Mihai Eminescu" din or. Edineţ, liceul „Ştefan cel Mare" din or. Ştefan Vodă, liceul din s. Chişcăreni, r. Sîngerei şi liceul „L. Deleanu" din mun. Chişinău.

3. A fost realizată analiza şi generalizarea datelor obţinute în rezultatul studierii stării aparatului locomotor. Analiza a fost efectuată sub mai multe aspecte:

a) prelucrarea datelor înregistrate prin intermediul metodelor matematico - statistice;

b) analiza comparativă a rezultatelor înregistrate la elevii din mediul rural şi cei din mediul urban.

4. În temeiul ordinului nr. 22 din 25.03.2013 a fost organizat un seminar metodic cu genericul "Kinetoprofilaxia şi kinetoterapia deficienţelor aparatului locomotor". În cadrul seminarului la tematica proiectului, s-au discutat rezultatele cercetărilor efectuate în instituţiile şcolare nominalizate anterior.

Relevanța rezultatelor ştiințifice obținute

_11.817.08.50A_ Strategii de implementare a metodelor diagnostice în procesul de antrenament şi competiții al sportivilor de performanță din loturile naționale ale Republicii Moldova

Evoluția reuşită a sportivilor moldoveni se datorează într-o măsură foarte mare recomandărilor practico-metodice ale specialiştilor, bazate pe cercetările ştiințifice complexe desfăşurate atît în perioadele pregătitoare, cît şi în timpul evoluării lor în concursuri. Actualmente, sportul național nu dispune de o metodologie perfectă. Situația creată implică necesitatea unei asigurări metodico-ştiințifice în vederea dirijării procesului de pregătire a unei noi elite sportive, care ar putea reprezenta Republica Moldova la concursurile internaționale, fapt reflectat de rezultatele sportivilor moldoveni la ultimele campionate mondiale şi la Jocurile Olimpice.

Nivelul înalt al sportului contemporan formulează cerințe, absolut justificate, nu doar față de căutarea celor mai eficiente metode, mijloace şi variante de structurare a procesului de antrenament, dar şi față de aplicarea mai aprofundată în pregătirea lor, a unor caracteristici-model integrale, parțiale etc., argumentate din punct de vedere strategic, ale sportivului ideal (cerințe-normative), altfel-spus a unei abordări individuale, bazate pe cunoaşterea anumitor abilități, a căror dezvoltare accentuată contribuie, într-o măsură considerabilă, la perfecționarea măiestriei sportive.

Problema modelării în sport a devenit una de importanță majoră şi de perspectivă în activitatea de cercetare ştiințifică.

Modelarea, care inițial s-a dezvoltat în cadrul ciberneticii, ulterior a „pătruns" şi se aplică cu succes în mai multe domenii de cercetare ştiinţifică, inclusiv în biologie, medicină, pedagogie, psihologie, biomecanică, prin urmare în acele discipline, care stau la baza ştiinţei sportului.

Pentru dirijarea antrenamentului sportiv, aplicînd modele adecvate ale stării organismului, este necesar a cunoaşte componentele acestui proces. Caracteristicile-model ale sportivului reprezintă parametrii perfecționării, alcătuirea cărora solicită cunoaşterea unui mare număr de indici informativi. Alcătuirea modelelor trebuie analizată prin prisma considerării lor ca fiind norme de obiectiv, a căror realizare, cu o probabilitate foarte înaltă, va contribui la obținerea de către sportiv a rezultatului scontat în exercițiul competițional de bază.

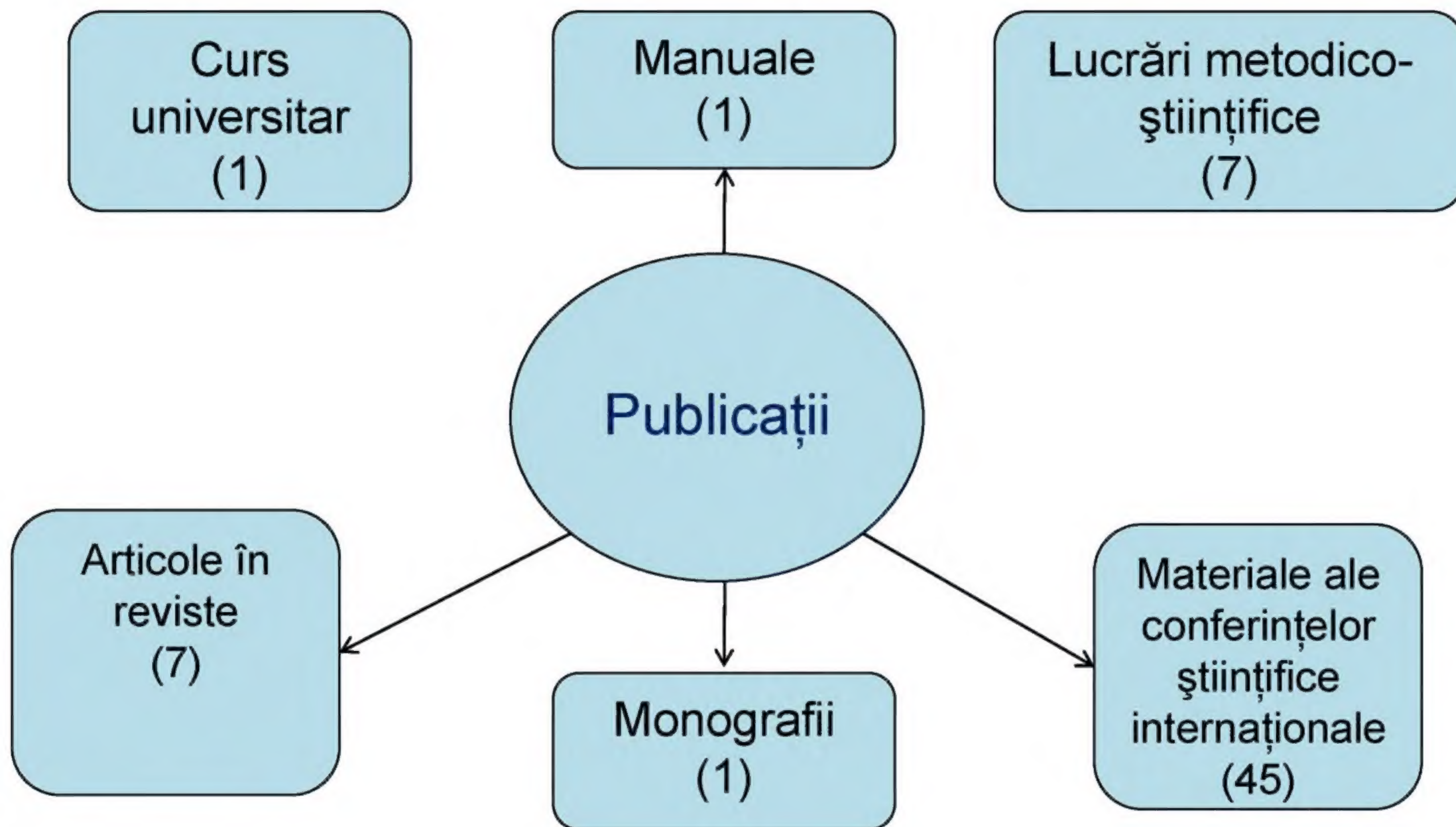
În acest context, proiectul ştiinţific privind strategiile de implementare a metodelor diagnostice în procesul de pregătire a sportivilor din loturile naționale a oferit posibilitatea de a stabili spre realizare caracteristicile-model la mai multe probe de atletism, înot, haltere, lupte şi caiac.

_11.817.09.62A_ Tendințe contemporane pentru menținerea unui regim de viață sănătos, prin profilaxia şi recuperarea deficiențelor aparatului locomotor la populația de vîrstă şcolară prin metode fizice

Avînd ca bază obiectivele cercetării, în anul 2013 a fost desfăşurat experimentul preconizat. Au fost efectuate cercetările finale în instituțiile selectate în proiect: liceul „Mihai Eminescu” din or. Edineț, liceul Ştefan cel Mare din or. Ştefan Vodă şi liceul „L. Deleanu” din mun. Chişinău. Au fost cercetate datele şi informațiile prezentate de asistenții medicali din instituțiile nominalizate. Totodată, au fost efectuate testări pentru aprecierea nivelului dezvoltării fizice şi al pregătirii motrice a elevilor, care reflectă starea aparatului locomotor în manifestări dinamice: viteză-forță şi coordonare, dozarea efortului muscular şi altele, adică teste care, în măsură suficientă, reflectă starea dinamică a aparatului locomotor. Afară de indicii antropometrici generali (înălțimea, greutatea, excursia cutiei toracice) au fost studiați: lungimea tălpii, precum şi indicele tălpii, că unul dintre cei mai informativi din punct de vedere al formării acesteia. Pentru studierea nivelului dezvoltării fizice, au fost utilizate următoarele teste: **a)** înălțimea: măsurările s-au desfăşurat standard; **b)** Greutatea: măsurările au fost efectuate conform metodicii tradiționale; **c)** Excursia cutiei toracice. Măsurarea cutiei toracice la nivelul mameloanelor a fost realizată cu ajutorul unei benzi centimetrice cu precizia de pînă la 0,5 cm, la inspirație, expirație şi în pauză, cu aprecierea diferenței indicilor; **d)** Lungimea tălpii drepte şi stîngi s-a măsurat cu ajutorul unei benzi centimetrice cu precizia de pînă la 0,5 cm, de la vîrful falangei a II-a pînă la mijlocul calcaneului; **e)** Indicele tălpii, drepte şi stîngi, a fost determinat conform metodei lui Cighin. Datele înregistrate au fost supuse analizei matimatico-statistice.

Cercetările realizate şi datele obținute sunt reflectate într-un şir de articole şi publicații referitoare la subiectul cercetat.

Au fost implementate: **ghidul metodologic: “**Profilaxia şi recuperarea sănătății elevilor din şcolile Republicii Moldova” şi **două suporturi metodice**: “Mijloacele gimnasticii medicale folosite în profilaxia şi recuperarea sănătății copiilor de vîrstă şcolară”; “Средства лечебной физической культуры в профилактике заболеваний и восстановлении здоровья детей школьного возраста”.


Curs universitar (1)
Manuale (1)
Lucrări metodico-ştiinţifice (7)
Publicaţii
Articole în reviste (7)
Monografii (1)
Materiale ale conferinţelor ştiinţifice internaţionale (45)


MINISTERUL EDUCAȚIEI AL REPUBLICII MOLDOVA
UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
ACADEMIA OLIMPICĂ DIN REPUBLICA MOLDOVA
PROBLEME ACTUALE PRIVIND PERFECȚIONAREA SISTEMULUI DE ÎNVĂȚĂMÎNT ÎN DOMENIUL CULTURII FIZICE
MATERIALELE
CONFERINȚEI ȘTIINȚIFICE INTERNAȚIONALE
8-9 NOIEMBRIE 2013
CHIȘINĂU, 2013


UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
PREGĂTIRE PROFESIONALĂ
ANTRENAMENT SPORTIV
EDUCAȚIE FIZICĂ
RECUPERARE
RECREAȚIE
ȘTIINȚA
CULTURII FIZICE
Revistă consacrată aniversării a 45-a a Catedrei de Gimnastică a USEFS
Nr. 15/3
2013
Chișinău : USEFS, 2013


MINISTERUL TINERETULUI ȘI SPORTULUI AL RM
UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
ACADEMIA OLIMPICĂ DIN REPUBLICA MOLDOVA
STRATEGIA DE DEZVOLTARE A CULTURII FIZICE ȘI SPORTULUI ÎN REPUBLICA MOLDOVA
(2013-2020)
Chișinău, 2013


B. Rîșneac, G. Solonenco
ORIENTĂRI METODICE ÎN PREGĂTIREA ÎNOTĂTORILOR DE PERFORMANȚĂ
Chișinău, 2013


T. Botnarenco B. Rîșneac
MANUAL DE ÎNOT PENTRU ELEVI


UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Aliona Luca
CULTURA COMUNICĂRII ȘI LIMBAJUL DE SPECIALITATE
Curs universitar
pentru studenții Facultății de Kinetoterapie
Chișinau, 2013


REVISTĂ ȘTIINȚIFICO-METODICĂ
TEORIA ȘI ARTA EDUCAȚIEI FIZICE ÎN ȘCOALĂ